

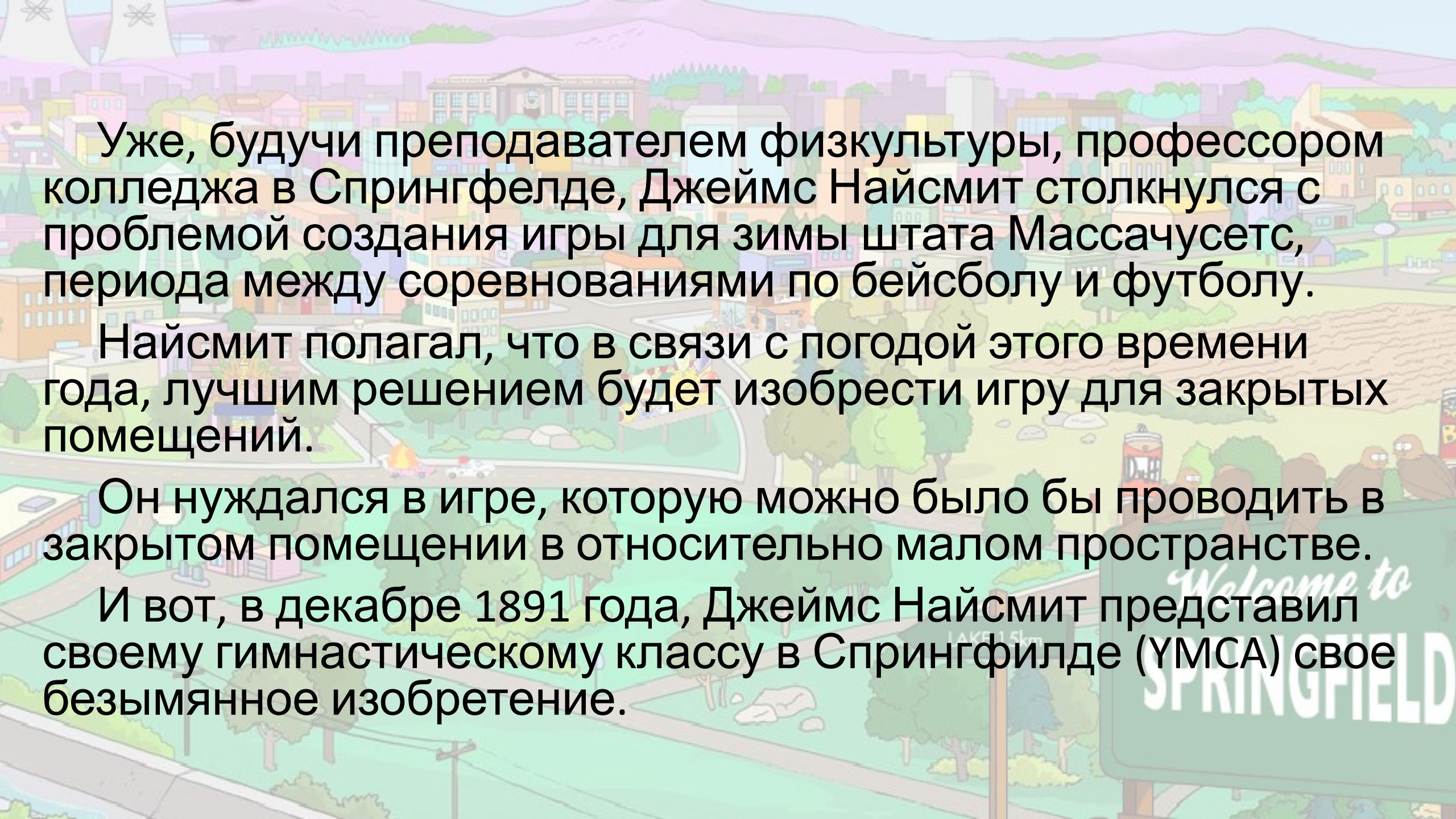


Баскетбол

История возникновения баскетбола



- Доктор Джеймс Найсмит известен во всем мире, как изобретатель баскетбола.
Он родился в 1861 году в Рэмсэй (Ramsay) городке, близ Элмонта (Almonte), штат Онтарио, Канада...
- Концепция баскетбола у него зародилась, еще в школьные годы, во время игры в “duck-on-a-rock” ...
Смысл этой популярной, в то время, игры заключался в следующем: подбрасывая один, не большой камень, необходимо было поразить им вершину другого камня, большего по размеру.



Уже, будучи преподавателем физкультуры, профессором колледжа в Спрингфелде, Джеймс Найсмит столкнулся с проблемой создания игры для зимы штата Массачусетс, периода между соревнованиями по бейсболу и футболу.

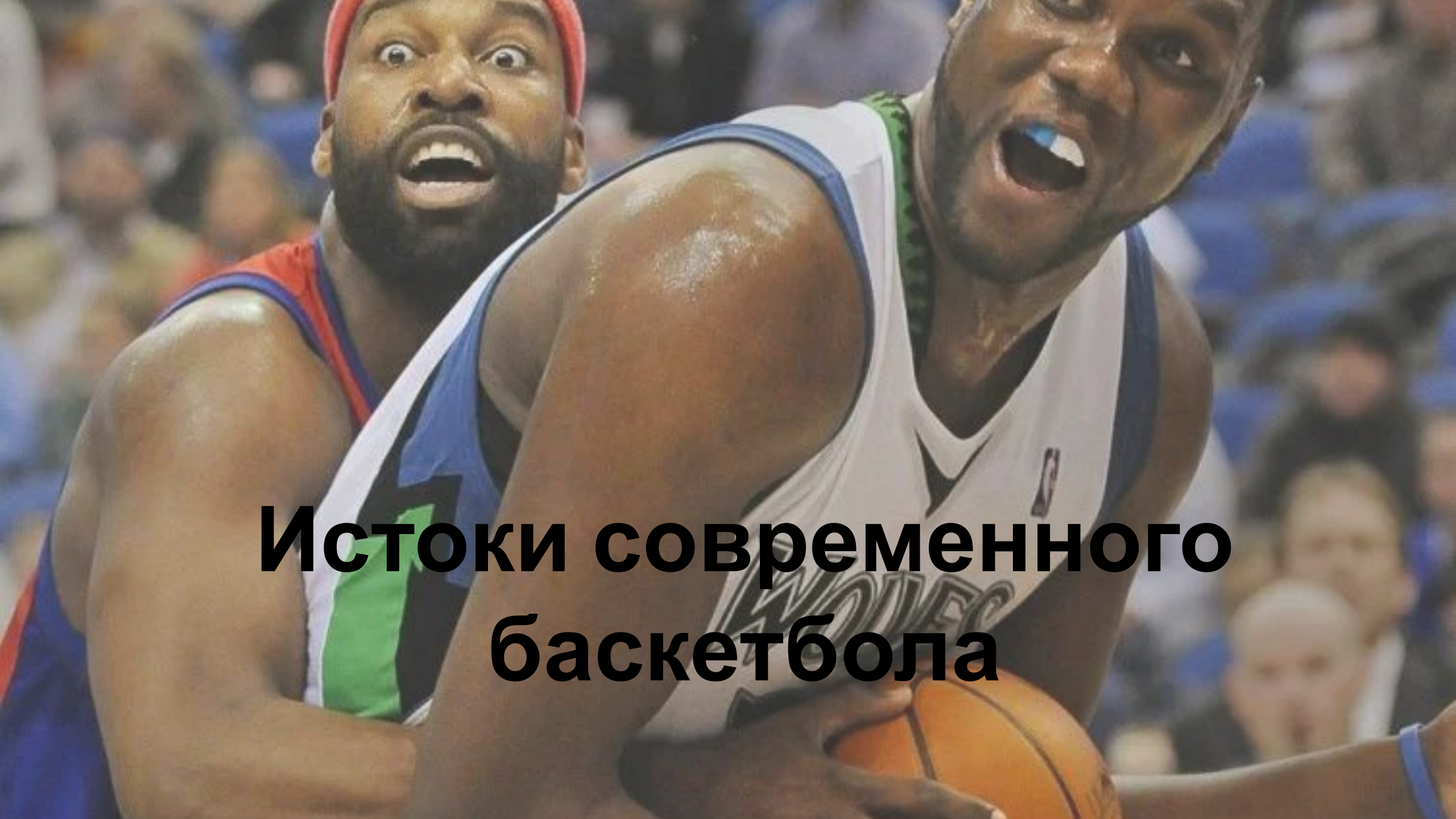
Найсмит полагал, что в связи с погодой этого времени года, лучшим решением будет изобрести игру для закрытых помещений.

Он нуждался в игре, которую можно было бы проводить в закрытом помещении в относительно малом пространстве.

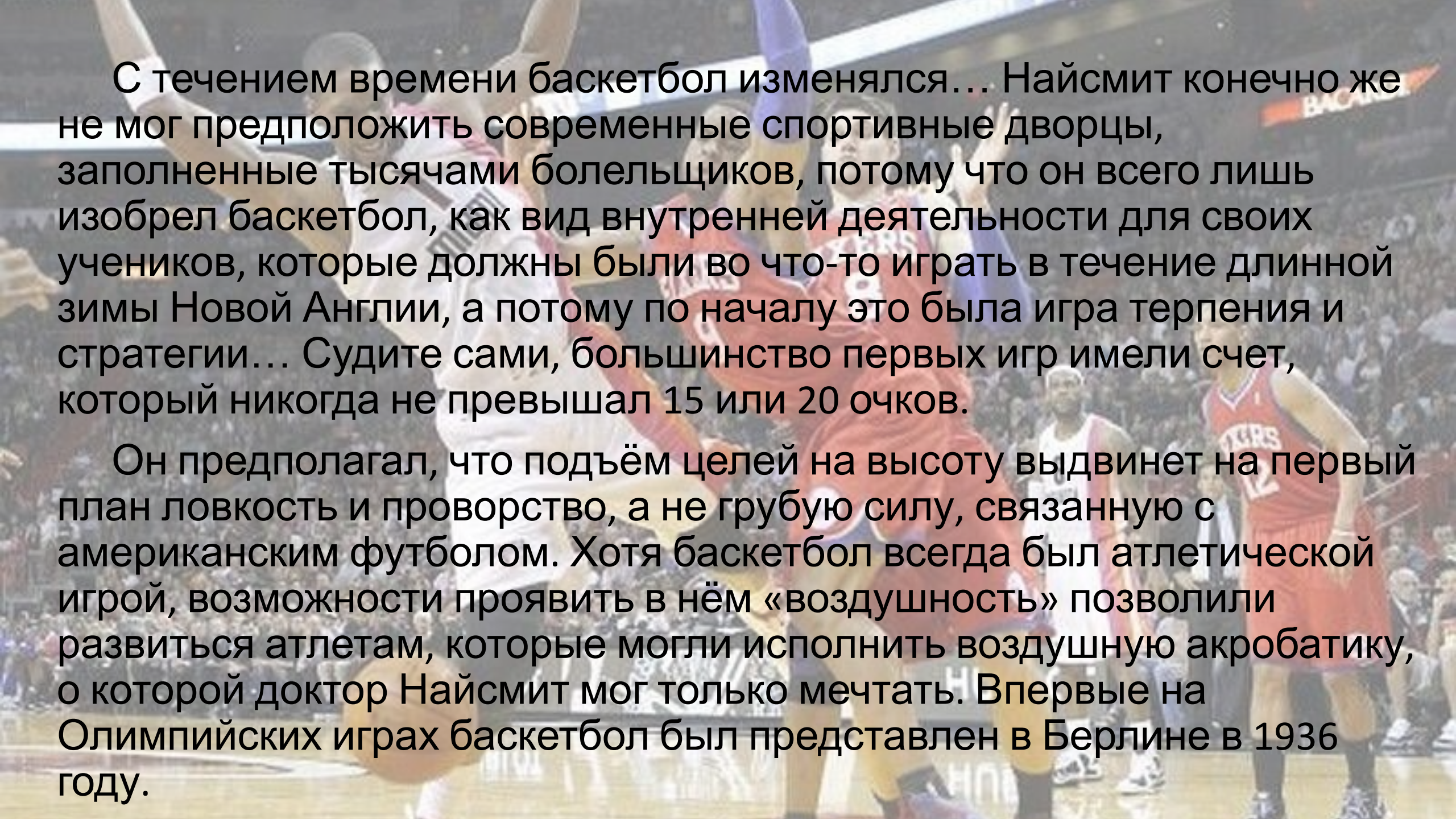
И вот, в декабре 1891 года, Джеймс Найсмит представил своему гимнастическому классу в Спрингфилде (YMCA) свое безымянное изобретение.

Созданный первоначально для оживления уроков по гимнастике, баскетбол постепенно превратился в спортивную игру со всеми присущими ей особенностями. В 1894г. в США были изданы первые официальные правила игры, по которым начали проводиться соревнования. Знаменательным событием в развитии игры явилось создание 18 июня 1932г. Международной федерации баскетбола – ФИБА.

В 1935г. МОК вынес решение о признании баскетбола олимпийским видом спорта. Баскетбол завоевывал все большую популярность, но с момента проведения первой игры менялись техника, тактика и правила игры.



Истоки современного баскетбола

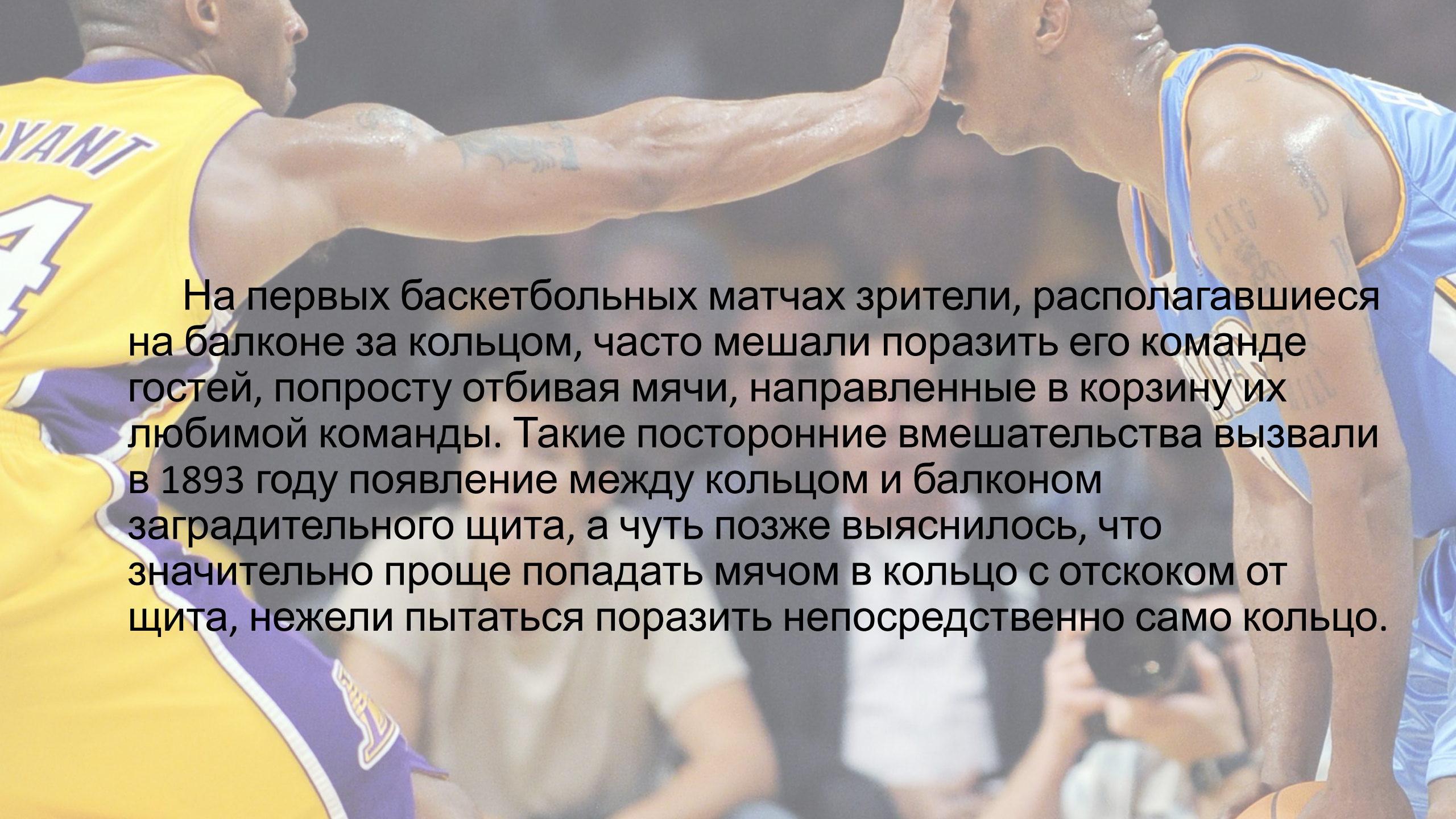
A background image of a basketball game. In the foreground, a player in a white jersey with the number 15 is jumping. To his right, a player in a red jersey with the number 12 is also jumping. The court is visible, and the background shows a crowd of spectators. The text is overlaid on this image.

С течением времени баскетбол изменялся... Найсмит конечно же не мог предположить современные спортивные дворцы, заполненные тысячами болельщиков, потому что он всего лишь изобрел баскетбол, как вид внутренней деятельности для своих учеников, которые должны были во что-то играть в течение длинной зимы Новой Англии, а потому по началу это была игра терпения и стратегии... Судите сами, большинство первых игр имели счет, который никогда не превышал 15 или 20 очков.

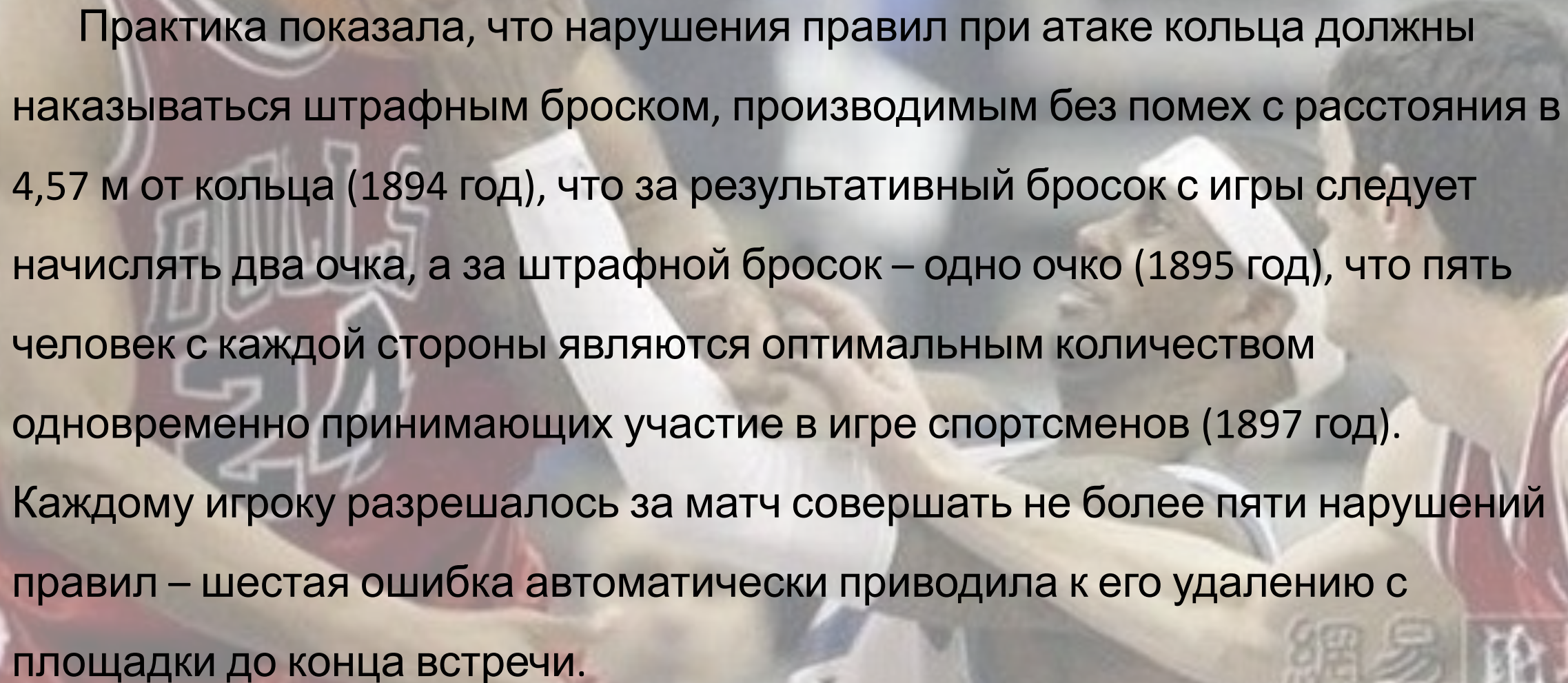
Он предполагал, что подъём целей на высоту выдвинет на первый план ловкость и проворство, а не грубую силу, связанную с американским футболом. Хотя баскетбол всегда был атлетической игрой, возможности проявить в нём «воздушность» позволили развиваться атлетам, которые могли исполнить воздушную акробатику, о которой доктор Найсмит мог только мечтать. Впервые на Олимпийских играх баскетбол был представлен в Берлине в 1936 году.

Появление профессиональных лиг

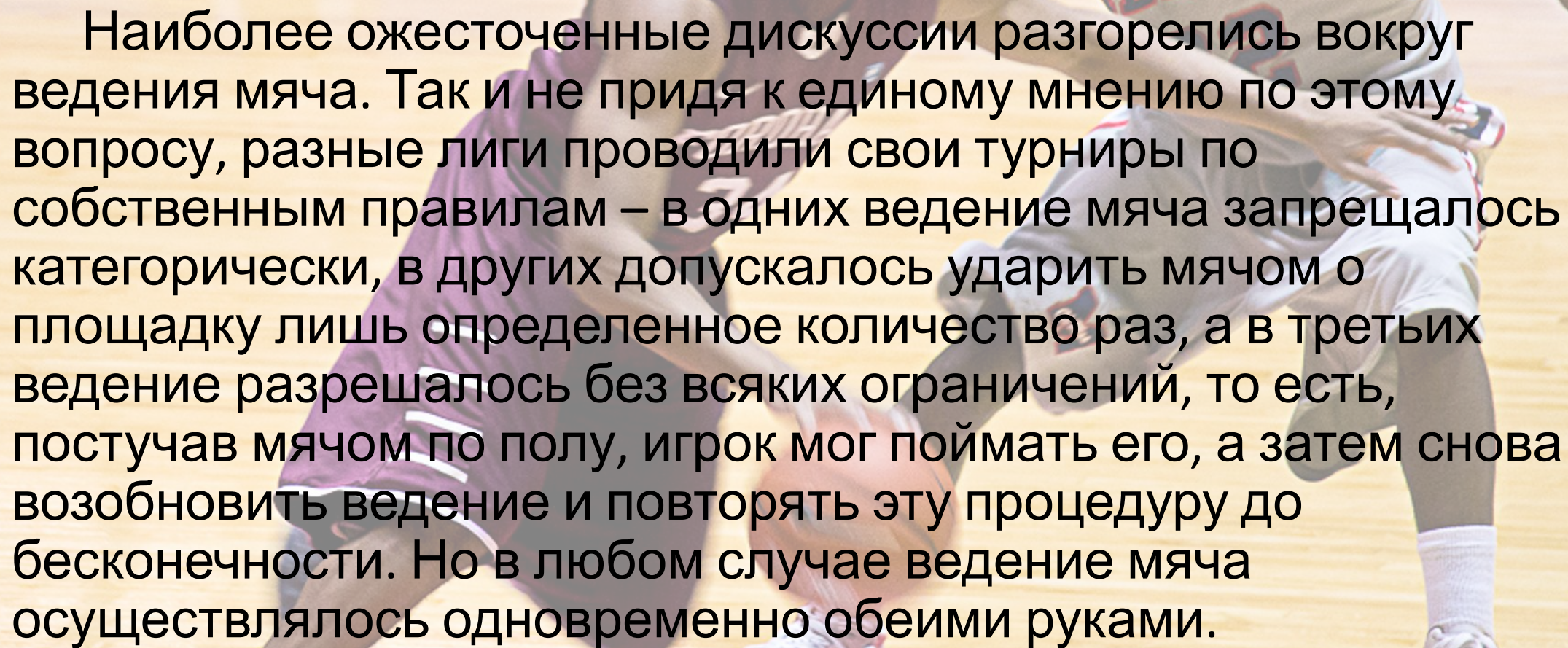
Первое официально зарегистрированное объединение профессиональных баскетбольных команд, называвшееся Национальной Баскетбольной Лигой, возникло в 1898 году и существовало на протяжении пяти лет, после чего распалось на несколько самостоятельных лиг, проводивших собственные чемпионаты.




На первых баскетбольных матчах зрители, располагавшиеся на балконе за кольцом, часто мешали поразить его команде гостей, попросту отбивая мячи, направленные в корзину их любимой команды. Такие посторонние вмешательства вызвали в 1893 году появление между кольцом и балконом заградительного щита, а чуть позже выяснилось, что значительно проще попадать мячом в кольцо с отскоком от щита, нежели пытаться поразить непосредственно само кольцо.

A basketball player in a red jersey is shown in the foreground, holding a basketball with both hands. He is looking down at the ball. In the background, another player in a white jersey is reaching out with his right hand towards the player with the ball, attempting to defend. The scene is set on a basketball court with a blurred crowd in the background.

Практика показала, что нарушения правил при атаке кольца должны наказываться штрафным броском, производимым без помех с расстояния в 4,57 м от кольца (1894 год), что за результативный бросок с игры следует начислять два очка, а за штрафной бросок – одно очко (1895 год), что пять человек с каждой стороны являются оптимальным количеством одновременно принимающих участие в игре спортсменов (1897 год). Каждому игроку разрешалось за матч совершать не более пяти нарушений правил – шестая ошибка автоматически приводила к его удалению с площадки до конца встречи.



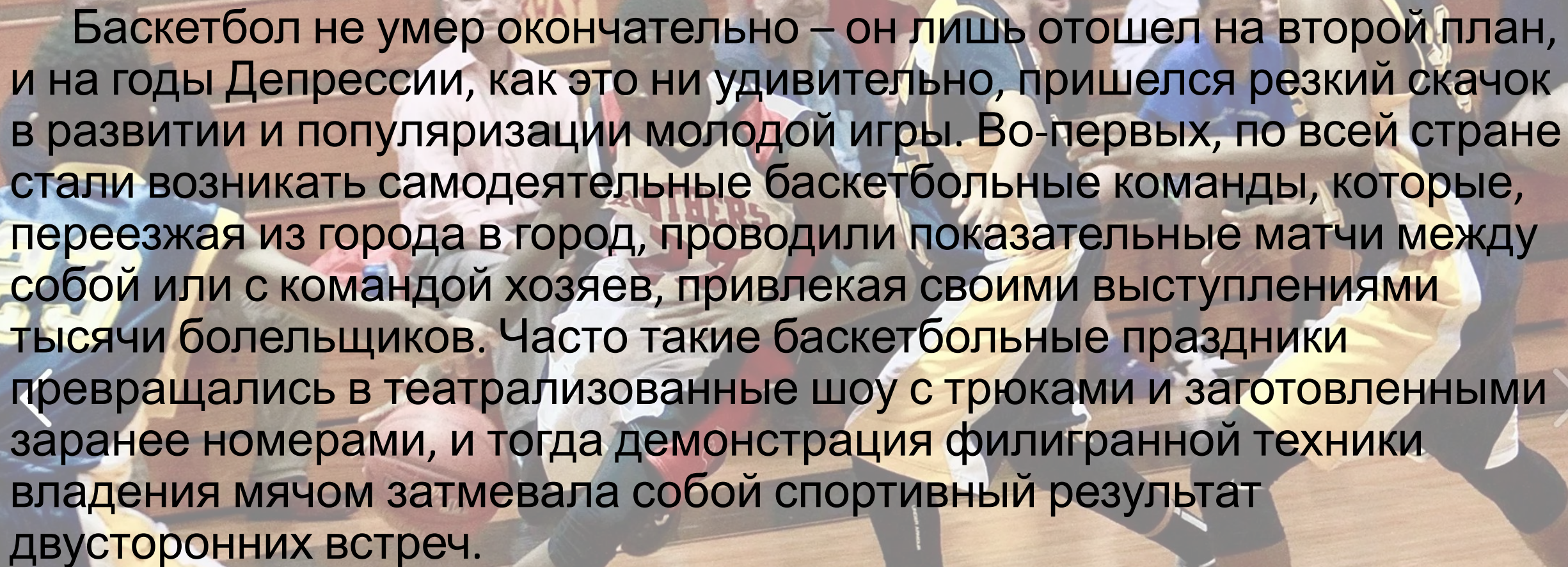
Наиболее ожесточенные дискуссии разгорелись вокруг ведения мяча. Так и не придя к единому мнению по этому вопросу, разные лиги проводили свои турниры по собственным правилам – в одних ведение мяча запрещалось категорически, в других допускалось ударить мячом о площадку лишь определенное количество раз, а в третьих ведение разрешалось без всяких ограничений, то есть, постучав мячом по полу, игрок мог поймать его, а затем снова возобновить ведение и повторять эту процедуру до бесконечности. Но в любом случае ведение мяча осуществлялось одновременно обеими руками.



По примеру Национальной Баскетбольной Лиги, впервые объединившей в 1898 году профессиональные клубы в одном турнире, в 1925 году была создана Американская Баскетбольная Лига, охватившая команды Северо-Востока США.



Первые сезоны доминирующее положение в ней занимал выдающийся нью-йоркский клуб «Ориджинал Селтикс», на голову превосходивший всех своих конкурентов, и только «Розенблюмз» из Кливленда могли в какой-то степени соперничать с ним. Однако после трех турниров Селтикс был расформирован, его игроки пополнили ряды других команд, и с этого момента Розенблюмз оставались неоспоримыми лидерами Лиги до 1931 года, когда Великая Депрессия вынудила прекратить проведение чемпионатов.



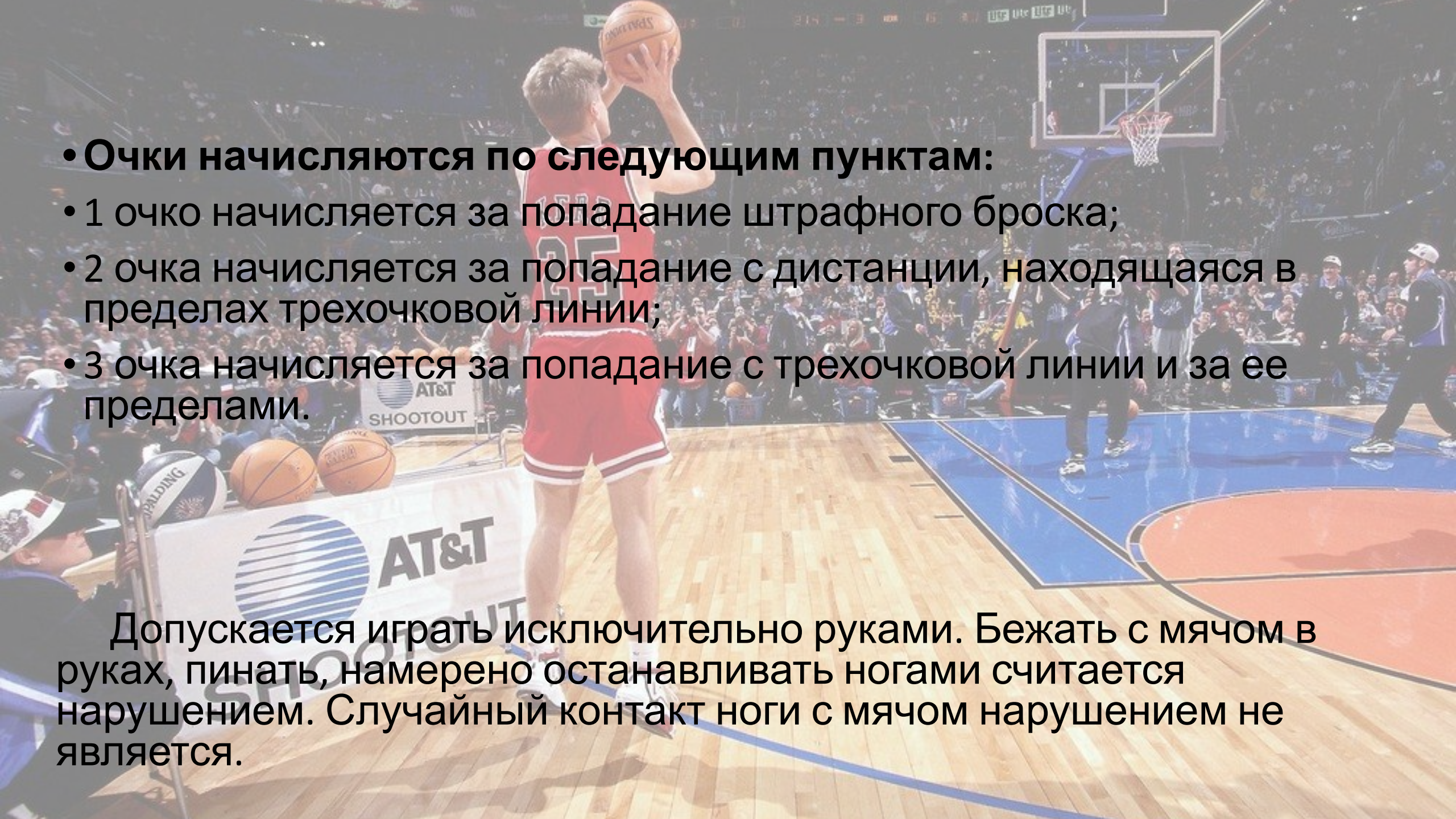
Баскетбол не умер окончательно – он лишь отошел на второй план, и на годы Депрессии, как это ни удивительно, пришелся резкий скачок в развитии и популяризации молодой игры. Во-первых, по всей стране стали возникать самодеятельные баскетбольные команды, которые, переезжая из города в город, проводили показательные матчи между собой или с командой хозяев, привлекая своими выступлениями тысячи болельщиков. Часто такие баскетбольные праздники превращались в театрализованные шоу с трюками и заготовленными заранее номерами, и тогда демонстрация филигранной техники владения мячом затмевала собой спортивный результат двусторонних встреч.

Другим стимулом, не позволившим баскетболу полностью уйти со сцены американской спортивной жизни, стало его бурное развитие в колледжах и университетах. Студенческие баскетбольные лиги не только продолжали благополучно существовать и проводить свои чемпионаты, но и модернизировали правила, постепенно делая игру

Правила игры

- В баскетболе на площадке играют 2 команды, по 5 человек от каждой. Игра состоит из 4 четвертей по 10 (в НБА – 12) минут каждая. Игра начинается со спорного вбрасывания в центре площадки, когда по одному игроку от команды должны правильно отбить мяч. Так же, после половины игры команды обязаны поменяться кольцами.

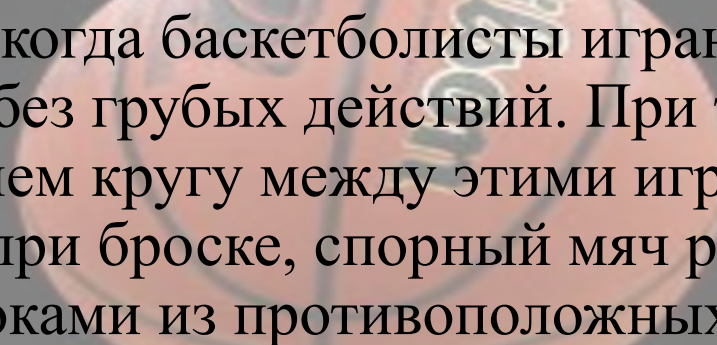
Основная задача – забросить как можно больше мячей в кольцо оппонента и не дать противнику забросить в свое кольцо. Побеждает та команда, забросившая за игровой период больше очков в корзину оппонента. В случае если команды имеют равный счет в основное время, назначается овертайм (по 5 минут). Если по истечению первого овертайма счет одинаковый, проводится второй, третий и т.д., пока одна из команд не забросит больше мячей



- **Очки начисляются по следующим пунктам:**

- 1 очко начисляется за попадание штрафного броска;
- 2 очка начисляется за попадание с дистанции, находящаяся в пределах трехочковой линии;
- 3 очка начисляется за попадание с трехочковой линии и за ее пределами.

Допускается играть исключительно руками. Бежать с мячом в руках, пинать, намерено останавливать ногами считается нарушением. Случайный контакт ноги с мячом нарушением не является.

- 
- **Спорный мяч** – ситуация, когда баскетболисты играющих команд команд не могут завладеть мячом без грубых действий. При такой ситуации мяч разыгрывается в ближайшем кругу между этими игроками. Если спорный мяч застревает в кольце при броске, спорный мяч разыгрывается между любыми игроками из противоположных команд.

У каждой команды в наличие имеется 7 таймаутов. Тренер распоряжается по своему усмотрению.

Количество замен в баскетболе не ограничено.

Каждый игрок имеет право на 5 (в НБА 6) персональных нарушений. В случае перебора фолов игрок удаляется с площадки до конца встречи.

НАРУШЕНИЯ




- **Аут** – мяч вылетает за пределы площадки. Мяч вводится противоположной командой из-за пределов площадки;
- **Пробежка** – когда игрок, владеющий мячом, совершает движение ног сверх положенного, касается как игрока в движении, так и игрока без движения;
- **Двойное ведение** – задержка мяча у игрока, выполняющего дриблинг. Нарушение часто сопоставляют с пробежкой;
- **3 секунды в атаке** – игрок атакующей команды находится в трехсекундной зоне 3 и более секунд;
- **3 секунды в защите** – игрок защищающейся команды находится в трехсекундной зоне 3 и более секунд;
- **8 секунд** – когда атакующий игрок не успевает вывести мяч за половину своей части площадки;
- **24 секунды** – атакующая команда не успевает закончить атаку в отведенное время (24 секунды);
- **Нарушение центральной линии (Средняя)** – игрок атакующей команды возвращает мяч на свою половину площадки;
- **Нарушение плотноопекаемого игрока** – игрок с мячом не бросает, не начинает дриблинг, не пасует в течение 5 секунд при плотной опеке оппонента;
- **Касание мяча в защите** – защищающийся игрок касается мяча при движении мяча по нисходящей траектории;
- **Прыжок с мячом** – игрок во время прыжка и до приземления не атакует кольцо/не пасует

Заключение

Баскетбол имеет не только оздоровительно-гигиеническое значение, но и агитационно-воспитательное. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма. Но эффективность воспитания зависит, прежде всего, от того, насколько целеустремленно в педагогическом процессе осуществляется взаимосвязь физического и нравственного воспитания.

Баскетбол является увлекательной атлетической игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания. Не случайно он очень популярен среди школьников. Баскетбол, как важное средство физического воспитания и оздоровления детей, включен в общеобразовательные программы средних школ, школ с политехническим и производственным обучением, детских спортивных школ, городских отделов народного образования и отделения при спортивных добровольных обществах.



Наличие постоянной борьбы, которая ведется с помощью естественных движений (бега, ходьбы, прыжков), сопровождающихся болевыми усилиями, оказывает самое разностороннее воздействие на психологическую, физиологическую и двигательную функцию человека. Выполняя большое количество разнообразных движений в различном темпе, направлениях, с различными скоростями и напряжением, вы получаете благотворное воздействие на внутренние органы и системы организма.

Разнообразие технических и тактических действий игры в баскетбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений школьников, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в баскетбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и рекреации и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни в самостоятельных формах занятий физической культуры.

Спасибо за внимание

Котек

